

XII Bieg z Termami Mszczonów

Wyniki kategorii wiekowych

26.01.2025, Mszczonów

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
------	----	-----------------	--------	------	------------	------	------	-------	-------------------	--------

Bieg główny 5 km

K20 (kobiety 18-29 lat)

1.	10	Borządek Aleksandra	POL	Grodzisk Mazowiecki	Adidas Runners Warsaw	4:26	11:18	10:49	22:06	22:06	--
2.	46	Gurbska Edyta	POL	Wyganka	LKS Osuchów	4:56	13:04	11:36	24:40	24:40	+2:34
3.	26	Czarnecka Weronika	POL	Grodzisk Mazowiecki	Studio P&M	6:03	16:10	14:04	30:13	30:13	+8:07
4.	7	Boniecka Paulina	POL	Mszczonów	Studio P&M	6:03	16:09	14:04	30:13	30:13	+8:07
5.	71	Kos Daria	POL	Boguszyce		6:44	15:59	17:38	33:36	33:36	+11:30

K30 (kobiety 30-39 lat)

1.	54	Jaworska Klaudia	POL	Sochaczew	Rozbiegane Socho	4:35	11:36	11:16	22:52	22:52	--
2.	45	Gumuła Patrycja	POL	Warszawa	OstroZabiegani	5:09	13:11	12:30	25:41	25:41	+2:49
3.	28	Dąbrowska Iwona	POL	Skierniewice		5:10	13:12	12:37	25:49	25:49	+2:57
4.	111	Owczarek Sylwia	POL	Ożarów Mazowiecki		5:38	14:15	13:56	28:10	28:10	+5:18
5.	19	Chyła Anna	POL	Mszczonów		7:13	17:37	18:27	36:03	36:03	+13:11
6.	140	Strzelecka Kasia	POL	Żyrardów	Tabu Run	7:42	19:42	18:44	38:26	38:26	+15:34

K40 (kobiety 40-49 lat)

1.	147	Szyrowska Joanna	POL	Sochaczew		4:35	11:51	11:03	22:54	22:54	--
2.	130	Siewruk Katarzyna	POL	Warszawa	Warsaw Run Club	4:36	11:48	11:11	22:58	22:58	+0:04
3.	40	Górecka Katarzyna	POL	Warszawa		4:40	11:55	11:24	23:19	23:19	+0:25
4.	13	Brogowicz Stępniewska Agnieszka	POL	Grójec	Rozbiegany Piastów	4:42	11:52	11:38	23:30	23:30	+0:36
5.	38	Gmaj Karolina	POL	Grójec	Gmajki Team ;)	4:58	12:54	11:56	24:50	24:50	+1:56
6.	21	Ciecharowska Justyna	POL	Żyrardów	Run de Girard	5:01	12:49	12:16	25:04	25:04	+2:10
7.	165	Zbieć Angelika	POL	Żelków	Darfik Team	5:11	13:14	12:39	25:53	25:53	+2:59
8.	166	Zielińska Monika	POL	Juchnowiec Dolny	Drużyna Konopielki	5:20	13:45	12:56	26:40	26:40	+3:46
9.	70	Korpus Barbara	POL	Mszczonów		5:44	14:23	14:14	28:36	28:36	+5:42



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
10.	94	Majcher Ewelina	POL Korytów		5:55	14:52	14:40	29:32	29:32	+6:38
11.	153	Walac Anna	POL Grodzisk Mazowiecki		6:05	15:21	15:04	30:24	30:24	+7:30
12.	83	Kucińska Kasia	POL Franciszków		6:09	15:41	15:02	30:42	30:42	+7:48
13.	146	Szustek Monika	POL Grodzisk Mazowiecki	Lider Team Grodzisk Mazowiecki	6:11	16:07	14:45	30:51	30:51	+7:57
14.	131	Sikora Małgorzata	POL Mrozy	RDG	6:41	16:59	16:24	33:23	33:23	+10:29
15.	118	Parol Anna	POL Grodzisk Mazowiecki		7:07	19:29	16:04	35:33	35:33	+12:39

K50 (kobiety 50-59 lat)

1.	136	Stankiewicz Milena	POL Kaleń-Towarzystwo	Perfect Team Języki Obce Kaleń	5:02	12:45	12:24	25:08	25:08	--
2.	104	Nikiewicz Monika	POL Skierniewice		5:05	12:46	12:35	25:21	25:21	+0:13
3.	175	Małkowska Maria	POL Warszawa		5:20	13:35	13:05	26:39	26:39	+1:31
4.	33	Falkowska Katarzyna	POL Brwinów	Parkrun Pruszków	5:47	14:47	14:08	28:55	28:55	+3:47
5.	84	Kudlak Monika	POL Ruda	Gutek Team	6:48	17:06	16:50	33:56	33:56	+8:48
6.	35	Gaj Bogna	POL Sierzchów	Med-Concept Bogna Gaj	6:51	17:13	16:59	34:11	34:11	+9:03
7.	155	Wasiluk Aleksandra	POL Żyrardów	Run de Girard	7:42	19:42	18:45	38:26	38:26	+13:18

K60 (kobiety 60-69 lat)

1.	149	Tomaszewska Krystyna	POL Pruszków	Parkrun Pruszków	5:37	14:20	13:42	28:02	28:02	--
2.	161	Wójt Lidia	POL Skierniewice	Parkrun Skierniewice	6:06	15:14	15:12	30:26	30:26	+2:24
3.	65	Kolasa Barbara	POL Warszawa-Wesoła	KS Biegające Ząbki	7:58	20:02	19:45	39:46	39:46	+11:44

M20 (mężczyźni 18-29 lat)

1.	114	Paliszewski Krystian	POL Nowe Miasto	Nasielsk Baszta Team	3:48	09:33	09:25	18:58	18:58	--
2.	48	Holoyda Daniel	POL Warszawa	Żórawski Team	3:50	10:03	09:08	19:10	19:10	+0:12
3.	24	Ciniewski Igor	POL Henryszew	Triathletic Team	3:55	09:57	09:34	19:31	19:31	+0:33
4.	61	Kiljańczyk Dominik	POL Tarczyn		4:07	10:28	10:05	20:32	20:32	+1:34
5.	177	Wojtczak Andrzej	POL Mszczonów		4:36	11:18	11:39	22:56	22:56	+3:58
6.	176	Frelik Tomasz	POL Sosnowica		4:39	11:16	11:57	23:12	23:12	+4:14
7.	36	Gajda Szymon	POL Nowa Sucha	KM Aktywni Sochaczew	5:03	13:33	11:40	25:12	25:12	+6:14

M30 (mężczyźni 30-39 lat)

1.	116	Parmee Alexander	POL Warszawa	Żórawski Team	3:35	09:08	08:44	17:52	17:52	--
2.	88	Kupisz Konrad	POL Milanówek	Żórawski Team	3:38	09:13	08:55	18:08	18:08	+0:16
3.	163	Wróblewski Kamil	POL Głusków		3:53	09:47	09:38	19:24	19:24	+1:32
4.	44	Gumuła Jakub	POL Warszawa	OstroZabiegani	3:59	10:05	09:47	19:51	19:51	+1:59
5.	22	Cierniewski Maciej	POL Stachowo		4:01	10:02	09:59	20:01	20:01	+2:09
6.	69	Kołomijski Tomasz	POL Mszczonów		4:10	10:26	10:24	20:50	20:50	+2:58
7.	50	Jankowski Konrad	POL Warszawa		4:13	10:37	10:29	21:05	21:05	+3:13
8.	141	Szczekutowicz Adrian	POL Warszawa		4:15	10:41	10:31	21:12	21:12	+3:20
9.	25	Cygan Rafał	POL Pruszków		4:16	10:55	10:21	21:16	21:16	+3:24

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
10.	8	Boniecki Marcin	POL	Mszczonów	Studio P&M	4:17	10:56	10:30	21:25	21:25	+3:33
11.	68	Kołodziejczyk Bartłomiej	POL	Radziejowice		4:18	11:00	10:27	21:27	21:27	+3:35
12.	135	Sprengel Piotr	POL	Milanówek	UKS MTE Milanówek/Wsews/Legia Run Club	4:26	11:00	11:07	22:06	22:06	+4:14
13.	92	Lipka Michał	POL	Ostrowiec Świętokrzyski	OstroZabiegani	4:38	12:01	11:05	23:06	23:06	+5:14
14.	154	Wasiak Błażej	POL	Mszczonów		4:45	12:11	11:35	23:45	23:45	+5:53
15.	156	Wieszczycy Marcin	POL	Mszczonów	Studio P&M	5:00	12:00	12:58	24:58	24:58	+7:06
16.	18	Chmielewski Kamil	POL	Warszawa	Zabiegany Tata	5:04	12:10	13:11	25:20	25:20	+7:28
17.	90	Lapkou Yauheni	POL	Pruszków	Run_Wawa_Run	5:12	13:31	12:29	26:00	26:00	+8:08
18.	39	Gosik Piotr	POL	Skierniewice		5:41	14:35	13:50	28:24	28:24	+10:32

M40 (mężczyźni 40-49 lat)

1.	60	Kątniak Paweł	POL	Łódź		3:45	09:32	09:13	18:44	18:44	--
2.	72	Kośla Paweł	POL	Żyrardów	Run de Girard	3:48	09:41	09:20	19:00	19:00	+0:16
3.	41	Górski Albin	POL	Nowa Sucha	Rozbiegane Socho	3:54	09:51	09:40	19:30	19:30	+0:46
4.	157	Więckowski Michał	POL	Sochaczew	TMT	3:57	09:56	09:46	19:41	19:41	+0:57
5.	164	Zbieć Dariusz	POL	Żelków	Darfik Team	4:00	10:23	09:35	19:58	19:58	+1:14
6.	78	Kroc Mirosław	POL	Skierniewice		4:04	10:13	10:06	20:18	20:18	+1:34
7.	125	Ratyński Paweł	POL	Mogielnica		4:08	10:25	10:11	20:36	20:36	+1:52
8.	82	Kubiak Grzegorz	POL	Sochaczew	Dawid Team	4:10	10:52	09:56	20:48	20:48	+2:04
9.	87	Kulis Grzegorz	POL	Warszawa		4:22	11:11	10:38	21:49	21:49	+3:05
10.	169	Żmieńko Mariusz	POL	Bielsk Podlaski		4:23	11:23	10:31	21:53	21:53	+3:09
11.	30	Dąbrowski Michał	POL	Skierniewice		4:33	11:36	11:08	22:43	22:43	+3:59
12.	144	Szewczyk Robert	POL	Mszczonów	Pobiegani Mszczonów	4:37	11:43	11:18	23:01	23:01	+4:17
13.	97	Malinowski Konrad	POL	Budy Zosine		4:42	11:47	11:40	23:27	23:27	+4:43
14.	137	Stankiewicz Jan	POL	Kaleń-Towarzystwo	Perfect Team Języki Obce Kaleń	4:42	12:03	11:26	23:29	23:29	+4:45
15.	152	Walac Jacek	POL	Grodzisk Mazowiecki	100 Marathon Club Polska	4:53	12:18	12:04	24:21	24:21	+5:37
16.	37	Gmaj Daniel	POL	Grójec	Gmajki Team ;)	4:58	12:54	11:56	24:50	24:50	+6:06
17.	173	Jarosz Tomasz	POL	Konie		5:04	13:05	12:16	25:20	25:20	+6:36
18.	139	Stasiuk Arkadiusz	POL	Warszawa		5:09	13:11	12:31	25:42	25:42	+6:58
19.	74	Kowalski Jarosław	POL	Olkusz	Saint-Gobain Squad	5:16	13:28	12:53	26:20	26:20	+7:36
20.	52	Jasiński Mariusz	POL	Dwórzno	Jaški Team	5:51	14:30	14:43	29:12	29:12	+10:28
21.	31	Drabarek Marcin	POL	Izdebn Kościelne	Slow Jogging Grodzisk Mazowiecki	6:04	15:37	14:44	30:20	30:20	+11:36
22.	123	Pomorski Konrad	POL	Brwinów	Lider Team	6:11	16:06	14:46	30:52	30:52	+12:08
23.	127	Rup Tomasz	POL	Podole		7:00	16:32	18:27	34:58	34:58	+16:14
24.	117	Parol Rafał	POL	Grodzisk Mazowiecki		7:07	19:29	16:05	35:33	35:33	+16:49

M50 (mężczyźni 50-59 lat)

1.	3	Asiński Piotr	POL	Żyrardów	Run de Girard	3:50	09:47	09:22	19:09	19:09	--
2.	67	Koldra Robert	POL	Pniewy	Błędowska Watacha	4:01	10:18	09:47	20:04	20:04	+0:55
3.	23	Ciesielski Marcin	POL	Warszawa	Lemiesz Team	4:04	10:24	09:57	20:20	20:20	+1:11

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
4.	1	Adamiak Tomasz	POL Żyrardów		4:07	10:22	10:13	20:35	20:35	+1:26
5.	55	Kacprzyk Alex	POL Warszawa	RP Runners	4:08	10:38	10:01	20:39	20:39	+1:30
6.	63	Knychas Darek	POL Warszawa	PZU Sport Team	4:20	11:13	10:27	21:39	21:39	+2:30
7.	134	Spólny Robert	POL Grójec		4:22	11:17	10:31	21:47	21:47	+2:38
8.	59	Kamiński Wiesław	POL Warszawa	Nasielsk Baszta Team	4:30	11:00	11:30	22:30	22:30	+3:21
9.	85	Kulbaka Jacek	POL Czarny Las	Samotnik z Ponurego Lasu ;)	4:47	12:36	11:19	23:54	23:54	+4:45
10.	170	Olbrys Stanisław	POL Nasielsk		5:06	13:10	12:18	25:27	25:27	+6:18
11.	160	Wojciechowski Ryszard	POL Warszawa	Kuźnia Triathlonu	5:17	13:21	13:01	26:21	26:21	+7:12
12.	167	Zieliński Tomasz	POL Juchnowiec Dolny		5:22	13:44	13:03	26:47	26:47	+7:38
13.	128	Rybicki Maciej	POL Kady	Lider Team Grodzisk Mazowiecki	5:32	13:56	13:41	27:36	27:36	+8:27
14.	16	Buśkiewicz Arkadiusz	POL Grodzisk Mazowiecki		5:36	14:30	13:30	27:59	27:59	+8:50
15.	158	Wiśnicki Krzysztof	POL Skierniewice	Parkrun Skierniewice	5:44	14:09	14:28	28:37	28:37	+9:28
16.	133	Skibiński Andrzej	POL Chroboty		5:46	14:54	13:57	28:50	28:50	+9:41
17.	11	Borządek Krzysztof	POL Grodzisk Mazowiecki		5:48	14:52	14:04	28:56	28:56	+9:47

M60 (mężczyźni 60-69 lat)

1.	122	Pociecz Marek	POL Korytów		3:56	09:52	09:49	19:40	19:40	--
2.	174	Niemczyk Kazimierz	POL Milanówek		4:09	10:26	10:20	20:45	20:45	+1:05
3.	62	Kluj Bogusław	POL Zakręt	Biegam dla Sandry i Roberta	4:39	11:41	11:32	23:13	23:13	+3:33
4.	129	Kaczkowski Jarogniew	POL Pruszków		4:49	12:13	11:48	24:01	24:01	+4:21
5.	105	Nowak Adam Piotr	POL Skierniewice		4:52	12:19	11:58	24:16	24:16	+4:36
6.	81	Ksyna Bogusław	POL Kamion Mały	OSP Kamion	5:02	12:47	12:20	25:06	25:06	+5:26
7.	142	Szelwachowski Dariusz	POL Warszawa		5:04	12:41	12:37	25:17	25:17	+5:37
8.	29	Dąbrowski Andrzej	POL Józefów		6:48	17:06	16:51	33:56	33:56	+14:16

M70+ (mężczyźni 70 lat i starsi)

1.	12	Brodacki Waldemar	POL Puławy	PotemOdpoczniesz	4:25	11:13	10:49	22:02	22:02	--
2.	172	Mirkiewicz Andrzej	POL Pruszków		4:31	11:36	10:58	22:34	22:34	+0:32
3.	49	Jankowski Eugeniusz	POL Puławy	Opec Puławy	4:55	12:27	12:04	24:31	24:31	+2:29
4.	159	Wojas Tadeusz	POL Piastów	Rozbiegany Piastów	5:06	12:59	12:31	25:30	25:30	+3:28
5.	66	Kolasa Andrzej	POL Warszawa-Wesoła	KS Biegające Ząbki	5:07	13:12	12:23	25:35	25:35	+3:33
6.	115	Parczewski Tadeusz	POL Pruszków		5:47	14:56	14:00	28:55	28:55	+6:53
7.	109	Osiński Stanisław	POL Warszawa	Nasielsk Baszta Team	6:16	16:00	15:16	31:16	31:16	+9:14
8.	53	Jastrząb Andrzej	POL Żyrardów		6:53	17:40	16:42	34:22	34:22	+12:20

Liczba uczestników: 118